



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

FISTIKLI PİLİÇ

MALZEMESİ:

1 adet tavuğun göğüs eti
100 gr. ayıklanmış yer fıstığı
3 çorba kaşığı sıvıyağ
150 gr. hazır şekersiz krema
80 gr. tereyağı
1 demet ince kıyılmış maydanoz
Yeterince tuz
Taze çekilmiş karabiber

YAPILIŞI:

Yer fıstıklarını havanda dövünüz. Bir tavanın içinde 60 gr. tereyağı, 3 tatlı kaşığı hardal koyup hafif ateşte karıştırarak tereyağı ile hardalı bütünleştiriniz. Tavuk göğüs etlerini önce hazırladığınız bu hardallı yağa, sonra dövülmüş yer fıstığına batırarak her iki yüzünü fıstıkla bulayınız. Tavada kalan yağa 20 gr. tereyağını, 3 kaşık sıvı yağı ekleyerek eritiniz. Bu yağın içinde fıstıklı tavuk göğsü etlerinin altını üstünü kızartınız. Kızaran etleri kapaklı tencerede sıcak olarak muhafaza ediniz. Tavada kalan yağa hazır kremayı, kalan 3 kaşık hardalı ekleyerek, ateş üzerinde sallayarak bütünleştiriniz. Tuzunu biberini ekip, ince kıyılmış maydanozlarla karıştırınız. Kızarttığınız etlerin üzerine bu salçayı dökerek, külde veya alüminyum folio içinde fırında pişmiş patates eşliğinde, sıcak sıcak ikram ediniz.